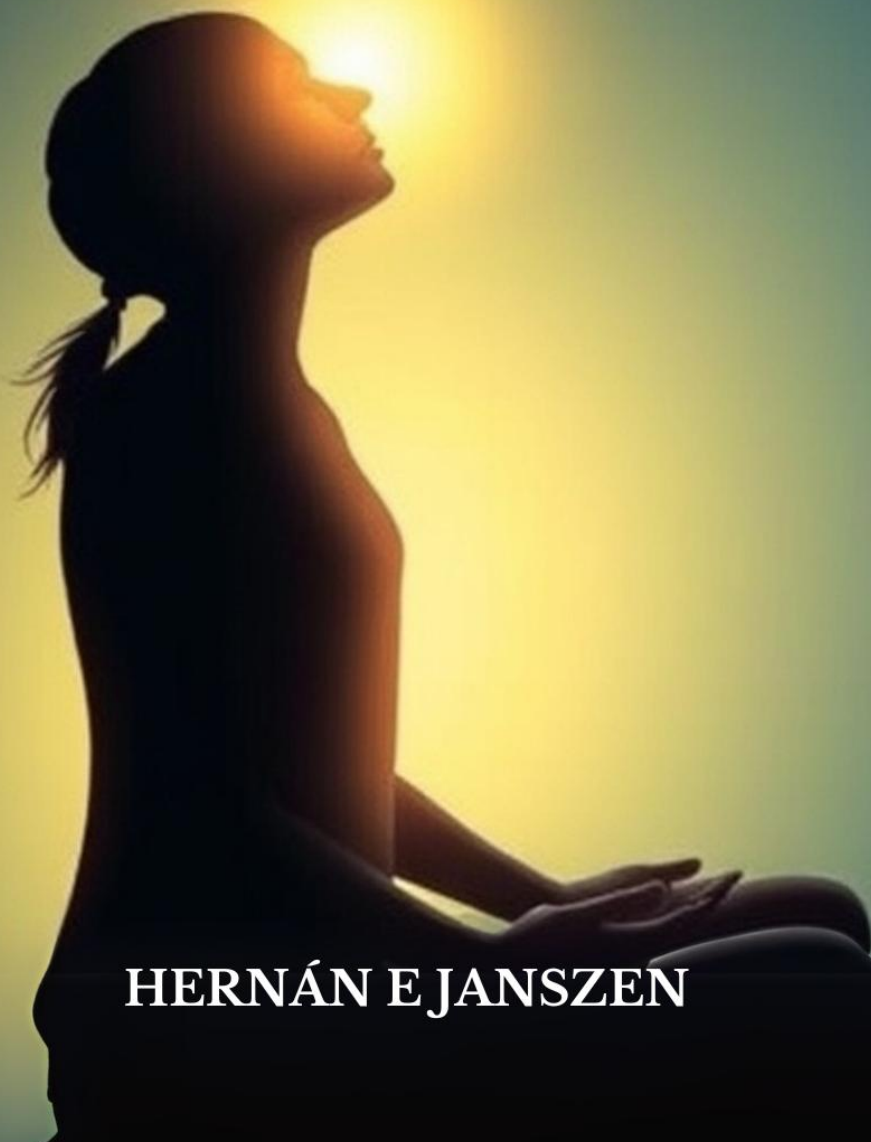


EGO VS INTUICION

Cómo Saber si tu
Intuición te Habla



HERNÁN E JANSZEN

Índice

Introducción	3
Por qué la vida me llevó a hablar de este tema.....	4
Por qué es importante para ti diferenciar el ego de la intuición.....	5
Entendamos a nuestro ego	8
¿Qué Dice la Ciencia Sobre la Intuición?	9
El conocimiento implícito (las corazonadas).....	10
La información no localizada (las canalizaciones).....	13
Cuatro Claves Para Diferenciar el Ego de la Intuición	16
Método D.I.C.E.+.....	20
D- Divierte. ¿Te divierte?	20
I – Inspira. ¿Te inspira a ser mejor a hacer algo nuevo?	21
C – Camino y destino. ¿Te emociona tanto el destino como el camino?	22
E- Empodera. ¿Esa idea te empodera a ti y a otros?.....	23
+ Sensaciones. ¿a ti te resuena como que es una intuición?	25
Recomendaciones para usar el método D.I.C.E.+.....	25
Define cuantas letras quieres tener para confiar	25
No esperes a que todas las intuiciones sean perfectas	26
Mi experiencia con el método D.I.C.E.+	26
La razón por la que te cuesta seguir tu intuición	29
La inercia mental, un gran reto a superar	29
El poder espiritual de la intuición.....	31

Introducción

Hola, mi nombre es Hernán, y quiero darte la bienvenida a este viaje de 33 páginas para descubrir finalmente como diferenciar tu intuición y toooooodos los mensajes que te envían tus guías, de lo que se inventa el ego y te confunde.

Cómo tú, créeme, soy una persona muy mental y racional. Siempre me ha costado apartar mi mente, de hecho, es que mi propio diálogo interno más de una vez me ha jugado en contra y me ha hecho dudar de una intuición a la que no le hice caso y al final me di cuenta que era cierta.

“¿ves? Yo sabía que eso iba a pasar, ¿por qué no hice caso?”

Este ebook es un regalo para tu despertar espiritual, para que puedas vivirlo con herramientas que te den confianza para escuchar tu intuición, dejarte llevar por ella para empezar una nueva etapa de tu vida, y que incluso puedas llegar al punto de tener conexiones lindas y que el diablillo interno del ego no te diga “te lo estas inventando...”.

comencemos....

Desde hace seis años me dedico a enseñar cómo canalizar y conectar con los niveles de consciencia más elevado. He unido todo lo que he estudiado como Terapeuta de Bienestar Emocional, Master Practitioner de Programación Neurolingüística (PNL), Experto en Hipnosis, Registros Akáshicos, Geometría Sagrada y he fundado la **Academia Un Ser Zen** con la misión de hacer zen-cillo el proceso de despertar espiritual que tantos retos nos trae. Y es que quizás, como yo, seas una persona muy mental y racional. Algo en ti te dice que la espiritualidad te viene bien, que tienes intuición, que quizás tienes una misión aquí, PERO (y este es el gran pero): te cuesta creerlo, no entiendes muchas de las cosas que vives, no sabes por donde empezar y cuando buscas información capaz y tampoco te ha resuelto las dudas como esperabas.

Por eso hemos creado la Espiritualidad para mentes mentales, para que cada video, conferencia, curso y ebook que creamos sea **práctico**.

Entonces bueno, lo que voy a hacer con **Ego Vs Intuición** es ayudarte a identificar cuándo las ideas que te llegan, corazonadas o intuiciones, son realmente inspiradas por el alma, o son más un engaño del ego. Empezaré hablando un poco de lo que es la intuición, realmente qué dice la ciencia de lo que es la intuición, porque hay bastantes estudios y apoyo científico detrás de la intuición, para que te quede esto un poco más claro.

Luego te voy a ir dando pautas para que puedas identificar cuándo el ego te quiere sabotear y cuándo realmente es tu alma la que te quiere guiar. Y por último te daré

pautas bastante concretas que puedes seguir, incluso tener presente para la próxima vez que te llegue una idea o una intuición.

Por qué la vida me llevó a hablar de este tema

*Canalización inicial: **Primero que nada, es importante que entiendas que todo lo que llega a tu vida, llega como una herramienta que encaja en este momento de tu vida para que tú fluyas mejor.***

En la medida en la que vayas aprendiendo a dejar de lado tu mente, tu ego, con sus dudas, sus miedos, sus limitaciones autoimpuestas, te podrás dar cuenta de que realmente la respuesta y la solución está mucho más cerca de lo que te habías imaginado. Porque yo sé lo que es buscar refugio, ayuda y herramientas dentro de la espiritualidad, porque precisamente fue la espiritualidad lo que a mí me ayudó a salir de una depresión en la que entré.

Después de mucho tiempo dedicado al deporte profesional, sucedió que casi de la noche a la mañana, perdí mi posición dentro del deporte, la casa que tenía, mi pareja me dejó y el dinero que tenía ahorrado lo terminé invirtiendo mal y lo perdí todo.

Sin darme cuenta fui entrando en depresión, en lo que llaman **la noche oscura del alma**, ese momento de la vida en donde todo se te viene abajo y te cuesta encontrar salida. Para mí, en medio de esa desesperación la solución que encontré fue un intento de suicidio. Y fue justamente después de tocar fondo que yo vuelvo a reconectar con la espiritualidad, ahí fui buscando ideas de cómo salir adelante, entendimiento de por qué había pasado eso y energía para romper mis propios bloqueos, que es probablemente alguna de las cosas que tú estás buscando también. Seguramente si sigues cuentas de espiritualidad o psicología como Un Ser Zen, si llegaste a este ebook y ya vas leyendo por aquí, es porque te sientes una persona intuitiva, sientes que hay algo más allá, por encima o a nuestro alrededor que nos está guiando constantemente, pero que la mente de una forma u otra te sabotea.

Y esto es lo primero con lo que quiero que te quedes: ese sabotaje no viene de gratis, no es porque sí, así como un capricho divino. Eso es porque las personas que somos muy espirituales por lo general tenemos un ego muy entrenado para poner en duda todo este mundo.

Tu intuición: he estado recibiendo plumas y sé que es porque viene un cambio. Tu ego: ¿pero cómo sabes que no es lo que tú quieres creer y ves plumas porque las estás buscando todo el tiempo?

Una parte de ti le gusta mucho la espiritualidad, eres muy empática/o, intuitiva/o, muchas veces tus emociones te pueden, tu intuición está bien afinada, has estado

recibiendo señales (aunque no sepas lo que significan) y algo en ti te dice que no pueden ser casualidades.

Todas estas actitudes son **energía femenina**, es mucho **yin**, que es lo que nos conecta con ese algo superior. Sin embargo la energía masculina que es la que te lleva a ponerlo en acción, a darle una estructura para tú aplicarlo y cambiar, atraer la abundancia, vivir de tu propósito, sanar esa situación o ese pasado.

Energía femenina: sentí una energía en el segundo chacra cuando meditando pensé en mi pareja. Energía masculina: vamos a revisar si en la sexualidad me estoy expresando como quiero o puedo aprender a probar cosas nuevas.

El gran reto que veo entre muchos de mis alumnos y personas que llegan a este despertar espiritual es que a veces la energía masculina no está muy desarrollada y es ahí donde entra el ego y te sabotea lo que te llega. Por esto es que te das cuenta que cuando te llega una corazonada te ves **buscando muchas confirmaciones**, y a veces cuando las consigues pareciera que no son suficientes. Por esto es que a veces sientes que tienes un bloqueo, e incluso, por esto mismo es que hay cosas que se repiten en tu vida aún cuando tú sentías que ya las habías superado.

Por qué es importante para ti diferenciar el ego de la intuición

Saber ir más allá de la mente es la clave para una conexión espiritual.

Hace poco me preguntaban “Hernán, en este punto de saber diferenciar la intuición de la mente, ¿para qué puedo usar yo esa habilidad?”. Es decir, aunque esto es interesante de saber, pero “¿qué problemas comunes se pudieran resolver, por ejemplo: ¿problemas familiares, de trabajo, el sentirme perdida?”

Las aplicaciones más comunes suelen ser:

1. En las meditaciones
2. En la paz y armonía emocional
3. En tomar decisiones normales e importantes

Te las explico, por ejemplo en la meditación. La mente se enrolla mucho porque cuando meditas quizás ves imágenes, caras, recuerdos, cosas de futuro cómo cambios de trabajo, viajes, en otras casas, etcétera, y de todo esto es difícil saber si te lo estás inventando porque eso es lo que deseas o es realmente una “foto álmica” de lo que puede ser tu futuro.

Entonces, estas técnicas que te enseñaré te ayudarán a saber si lo que estás percibiendo es una intuición real, es parte de tu misión, o ha sido una imaginación que se creó en la mente.

Psicológicamente hablando la mente puede crear imágenes en sueños o meditaciones por: desahogarse de algo que te crea tensión, crear una imagen o símbolo que te despierta alguna actitud que necesitas, o cómo reflejo de algo que el alma te quiere mostrar (este último es el único que puedes considerar una intuición realmente)

Luego está el hecho de que la mente calma mucho ese diálogo interno tan agresivo que se despierta en el inicio del despertar espiritual. Esa sensación de que estás todo el tiempo pensando en si es una señal, si te lo estás inventando, ese número que significa, esa pluma que me quiere decir, por qué esta persona está regresando a mi vida. Entonces todo ese bombardeo que agobia mucho en el inicio del despertar espiritual se aparta cuando tú dices: “vale, esto es mis miedos y mis temas, y esto es, mira, esto sí es verdad que es una señal, y lo que tengo que hacer es averiguar lo que significa”.

Por último, en la toma de decisiones, esto también es un puntazo porque muchas de las personas que llegan al despertar espiritual están viviendo rupturas importantes de muchos tipos: a nivel de relación, familia, salud, creencias con la religión, trabajo, amistades, por ejemplo. Entonces, claro, en esos momentos nos bombardeamos mucho de posibles decisiones pero no sabes cuál es la que realmente te está pidiendo el corazón. No sabes cuál es la que realmente te va a venir bien.

Entonces, el diferenciar el ego de la intuición te permite a ti saber qué hacer. Yo he acompañado a muchas personas durante su despertar que han decidido separarse de sus maridos, y vienen a mis cursos para prepararse para eso. Cuando empiezan a trabajarse energéticamente, aprender a conectar con sus Registros Akáshicos (que es la sabiduría interna del alma acumulada a través de las vidas) y diferencian bien su mente de su intuición entonces terminan viendo de todas las opciones cuál es la que más me marca mi intuición.

Cómo ves, esto da mucho centro.

Es importante que entiendas que cuando empiezas a trabajarte espiritualmente, si lo estás haciendo bien se van a potenciar tu intuición y tus dones espirituales. Esto yo lo he visto mucho entre mis alumnos de Registros Akáshicos tan pronto viven la iniciación a sus registros akáshicos. Y la cuestión es que en el momento en el que los potencian, claro, se amplían aún más las opciones que tienes. Te llegan más ideas intuitivas, te llegan más señales, te llegan más cosas, PERO, te llegan más miedos también.

Entonces, claro, los registros akásicos van a abrirte más los canales, te van a permitir recibir nuevos mensajes que se van a sumar a ya toda la lluvia de ideas que tenías, etcétera, etcétera, etcétera. Entonces, ahí es en donde entran. En la apertura del canal, en la maxificación de la intuición, en la nueva energía que vas a empezar a mover, todo esto así.

Y este es el momento en que es importante **saber ir más allá de la mente**. Fíjate, una de las enseñanzas de María Magdalena en su evangelio es que el puente hacia la divinidad es a través del “buen juicio”, en otras palabras: del pensamiento crítico. Un pensamiento que no está influenciado por las emociones de las decisiones que tienes que tomar, la rabia porque se te esté repitiendo un ciclo o la desesperación porqué tienes días tratando de entender una señal.

La misma **Helena Blavatski**, fundadora de la teosofía y una gran maestra del siglo XIX explicaba lo mismo. Ella decía que para poder generara una conexión real y útil con la divinidad necesitabas entrenar a la mente. Es eso lo que te ayuda a superar esa turbulencia interna. Y **Edgar Cayce**, uno de los canalizadores de registros Akáshicos más importantes de la historia explicaba que para poder conectarte con esos niveles superiores de consciencia necesitabas preparar a la mente, tener paciencia y aprender a dejar que los mensajes se desenvuelvan a ti.

Muchos de los grandes iluminados modernos, maestros y pensadores compaginan en lo mismo, en el hecho de que necesitas un “mindset” muy específico para poder abrirte hacia eso, tanto para recibir, como para que la información te venga bien y no te desequilibre.

“¡Hernán! Es que a mí me hicieron una sesión holística y quedé peor de lo que llegué”

Ese comentario me lo han dicho mucho de distintas sesiones, cursos y técnicas. Y muchas veces recae en eso, en la preparación de la mente para recibir de forma sana lo que se va a mover. Porque algo tan “inocente” como puede ser el uso del péndulo va a generar un movimiento psico-espiritual para el que tu maestro/a, terapeuta o tú misma/o tienes que prepararte.

Desde la filosofía de la Academia Un Ser Zen el sostenimiento psicológico para que tú uses y despiertes tus dones es fundamental. Es que sino, se vuelve peligroso por el tema de empezar a creer que todo es un mensaje y todo es una señal (créeme, aunque hay muchas señales que te están llegando, no todas lo son, y si comienzas a creer en eso puedes perder contacto con la realidad).

Entendamos a nuestro ego

“No es malo tener un ego, pero llega un punto en que no puede ser él quien defina tu vida”

Cuando he dado conferencias sobre este tema una de las preguntas que más comúnmente me hacen es: **¿Hernán, el ego siempre es negativo? ¿Para qué lo tenemos entonces?**

A mí me encanta esa pregunta y antes de entrar en las técnicas y las cosas que tienes que aprender, voy a ir paso a paso con ella. Primero, ¿cómo se forma el ego en tu mente? El ego se forma en los primeros siete años de vida. La psicología te comparte que durante los primeros siete años de vida el niño o la niña va desarrollando todo su concepto de quién es, de la vida y más o menos las reglas con las cuales funcionar. Los principales agentes que influyen en la formación del ego son los padres y las madres, es decir, los familiares directos.

También están los adultos de referencia, por ejemplo, los tíos, los profesores, profesoras, alguien que a quien tú admires en esa edad. Además de esto también influye: la sociedad en la que te crías, la religión de la que eras parte, tu cultura. De hecho es interesante porque tu raza también, es decir, cada etnia tiene sus propios códigos y eso se le va instalando al niño o niña. Y luego el género, las expectativas sobre el género, aunque ahora eso está cambiando bastante, pero sigue habiendo una expectativa sobre el niño o la niña, que suelen ser distintas, aunque de vuelta eso está cambiando bastante.

Entonces todo lo que tú vas trayendo de todos esos distintos agentes va creando el ego. Una pequeña parte de tu mente que quiere retroalimentarse generando situaciones que le lleven a confirmar lo que ya sabía de antemano sobre el mundo y sobre sí mismo.

Hay situaciones que el ego decide percibir de una forma para confirmarse lo que ya venía pensando. Por ejemplo, si te has peleado con alguien es más probable que veas el siguiente error que comete, y no el intento de venir a arreglar las cosas.

Pero ojo, el ego no es malo, el ego no hay que controlarlo, que era la siguiente parte de la pregunta que me suelen hacer. Aquí lo importante es, el ego no hay que controlarlo ni destruirlo. El ego es una parte de tu psicología que sirve para tomar decisiones, para actuar, para estructurar ideas.

Por ejemplo, la intuición te dice: “oye tienes que formarte en tal cosa”, luego entra tu ego y te dice: “para hacer eso vamos a irnos por aquí”, y así estructura más o menos el plan.

El ego no hay que destruirlo, pero lo que sí hay que hacer, o es mi recomendación, es como yo vivo y como lo enseño, es que **la mayoría de tus decisiones sean inspiradas por el alma en vez de por el ego**. Dale permiso a que la voz de tu alma, el susurro de tu alma, de tu intuición, sea más fuerte que los gritos del ego. Porque recuerda, el ego te va a mantener siendo siempre la misma persona, siempre en el mismo lugar, con las mismas relaciones, con las mismas situaciones, con los mismos problemas una y otra vez.

El alma va a buscar que tú tengas más experiencia, porque es como decía Wayne Dyer “somos seres espirituales teniendo una experiencia humana”, y como seres espirituales queremos vivir la experiencia humana a plenitud. Para vivirla a plenitud hay que salir de la zona de confort. Para salir de la zona de confort hay que escuchar tu intuición. Por eso **tienes que seguir tu corazón**.

¿Qué Dice la Ciencia Sobre la Intuición?

Entender la explicación mental de tus intuiciones es un gran paso para confiar más en tu conexión espiritual

Mi abuela por lado materno se llamó Iris, para mí ella era mi referente espiritual en Caracas. Ella se dedicaba a sanar a persona mezclando todas las cosas que había aprendido de niña de la medicina indígena, la africana e incluso del hinduismo. Pero para mí, aunque se lo respetaba, era un tema de “o crees en este ungüento que te estoy echando en la frente o no”. No había ningún basamento científico a porqué mi abuela ponía a hervir un montón de matas del jardín, las echaba en un paño, me la ponía en el estómago y se me quitaba la diarrea.

Pero actualmente **la espiritualidad está más demostrada por la ciencia** que en la época de mi abuela. A través de los estudios que se han hecho en el Instituto de la Matemática del Corazón, en Estados Unidos, [The Heart Math Institute](https://www.theheartmathinstitute.org/), que es un instituto con el que ha colaborado personas como Bruce Lipton, Joe Dispenza, Greg Braben, autores que seguramente has visto algún libro de ellos, documental, o video en Gaia.



La misión del Heart Math Institute es la de ayudar a demostrar cómo la energía que proyecta el corazón es capaz de influenciar a las personas que nos rodean, e incluso a grandes ciudades. Entre mucho de los estudios que tienen se demuestra que hay tres tipos de intuición que la ciencia comprueba y aprueba.

Te voy a hablar de cada uno de ellos para que tú resuenes y trates de sentir cuál es el que más te suele hablar, y así también sepas cómo el ego lo suele sabotear, y ya vayas comenzando a trabajarte.

El conocimiento implícito (las corazonadas)

Primero, el primer tipo de intuición que se aprueba se llama técnicamente el conocimiento implícito, lo que comúnmente llamamos: corazonadas.

El conocimiento implícito parte de la base de que nuestra mente se divide, en mente consciente y mente subconsciente. El subconsciente es el 90 u 88 por ciento de tu mente, y la mente consciente es el 10 o 12 por ciento. Lo curioso es que todo lo que tú has experimentado a través de los cinco sentidos desde el momento de tu concepción, **está guardado en el subconsciente**. Todo lo que has visto, todo libro que has leído, reflexión que has tenido en tu mente, palabras que te han dicho, experiencias que has tenido, todo está grabado ahí.

Por ejemplo, cuando tú te planteas cómo solucionar algo, sanar una relación, vivir de lo que te gusta, automáticamente tu cerebro lo que empieza a hacer, es buscar

en tu mente subconsciente información de todo lo que tiene guardado para darte una respuesta. Esta es una de las funciones principales del subconsciente¹.

Supongamos que te planteas, por ejemplo, cómo sanar una relación. Entonces tu mente empieza a buscar en tu banco de memoria, y toma una frase que leyó en un libro hace 15 años, luego una idea que viste en un vídeo de YouTube hace dos semanas, y una reflexión que tuviste después de una conversación con tu mejor amigo o amiga un día en un paseo. Esos pedacitos de información sueltos como que no hacen mucho, PERO es cuando se unen que te dan una pista de cómo solucionar las cosas. Es ahí en donde la corazonada te dice algo así como: “contacta a tal persona, haz este curso, investiga sobre esta técnica”.

Tu mente subconsciente sabe que esa es la mejor opción por todo lo que se trajo de tu banco de memoria que eso es lo que tienes que hacer, pero aquí es donde entra el ego. El ego viene y te dice, “¿y por qué vamos a hacer? ¿Y para dónde nos va a llevar eso? ¿siempre hemos hecho esta otra cosa, porque no nos vamos por lo seguro miya?” Y en el mejor de los casos “bueno, vamos a buscar una confirmación”.

Eso te paraliza, y yo lo entiendo porque **hemos pasado muchos años de nuestra vida queriendo: controlar los resultados, buscando aprobación, haciendo lo lógico.**

Pero cariño mío, el despertar espiritual te pide que aprendas a tomar decisiones desde el corazón, que no son tan lógicas pero que vienen mejor.

Cuando llegan las corazonadas ten presente que vienen resumiendo toda tu sabiduría subconsciente, no es un capricho ni un invento descabellado. Lo que no puedes hacer es pretender averiguar en ese momento que te llega la corazonada de donde el subconsciente se sacó toda la información. Porque en el ejemplo que te di te lo simplifiqué como “tres cosas” que buscó y unió, pero esto realmente es mucho más complejo.

En el momento de la corazonada, tu subconsciente te soltó esa idea: “investiga sobre esa técnica, busca a esa persona o ten esta conversación”, es porque **ese es el momento correcto** para actuar. Es igual como cuando tú le pones en el Google Maps que te lleve del punto A al punto B, y en el camino te dice cruza a la derecha o toma esta salida, y en esa ruta tú siempre sigues recto. Es raro quien empieza a decir “No, pero ¿por qué? ¿Por qué tengo que hacerlo? Ajá, ¿y para dónde me va a llevar? No, yo voy a seguir por aquí, que es por donde siempre lo he hecho.” Sigues, 50 metros y resulta que venía tráfico por un accidente que no

¹ En la Programación Neurolingüística a esta habilidad se le llama **Búsqueda Transderivacional**. Está muy conectada con la idea de la plasticidad neuronal que explica la neurociencia, como una reestructuración de las conexiones neuronales para generar nuevas ideas.

podías ver, y duras una hora y no llegas nunca a tu destino. El Google Maps te decía: “toma esta salida para que lo evitaras y en 15 minutos llegarás”, pero no te podía explicar todo lo que estaba pasando más adelante porque en el proceso te pasas la salida. Lo mismo funciona con tu intuición.

Llega un momento adecuado, tu subconsciente te lo dice con esa idea, y si te pones a racionalizarlo, se pasa el momento. Entonces lo típico de: “si hubiese hecho caso a mi intuición no hubiese pasado esto.

Las corazonadas tienen sentido después que le haces caso y has tomado la decisión.

Esto es el conocimiento implícito, toda la información que tu subconsciente une para darte un paso. **Si das ese paso, verás el siguiente.**

Igual que en el Google Maps. Quédate con esa idea. Igual que en el Google Maps, si tomas la salida después te van a decir qué es lo que tienes que seguir haciendo. Pero tienes que tomar la salida, porque si no, “¡recalculando!” y te tiras 10 años más para volver a llegar a la salida otra vez.

La sensibilidad del sistema nervioso (el mal juju)

Otro tipo de intuición testado por la ciencia es **la sensibilidad del sistema nervioso** o lo que has vivido comúnmente como “bueno mal juju”, esa sensación de que alguien no te da buena vibra aunque no lo conozcas de nada.

La sensibilidad del sistema nervioso se basa en que tu cuerpo es como una antena que constantemente emite y recibe información. Todo el tiempo emite y recibe energía electromagnética. Eso es lo que mide los electroencefalogramas y los electrocardiogramas, la energía que pulsa de ti hacia afuera.



La clave de este tipo de intuición es que lo se emite desde afuera hacia ti **también lo sientes**. Esto es lo típico de que cuando tú llegas a un sitio, tienes la sensación como de que el sitio está pesado. Seguramente te ha pasado. Llegas a un sitio o entras en un autobús, en el metro y notas como densidad o incomodidades en el cuerpo. O por ejemplo, conoces a alguien, y sientes “esta persona no vibra, no me resuena, algo no va”.

No sabes por qué, pero tu sistema nervioso lo que te está diciendo es: “tu energía, la que mejor te ayuda a fluir y la de ese sitio o persona, no compaginan”. Eso es todo lo que tienes que saber.

Esa incomodidad es una señal de que tu energía y la de esa persona o situación o lugar no compaginan.

Pero aquí es donde entra tu ego, porque tu ego viene y te dice: “¿cómo puedes juzgar a esa persona sin conocerla? ¿Cómo vas a saber tú si no la conoces, si no has pasado un tiempo aquí? No, tú que has hecho tantas meditaciones, te la pasas viendo documentales, escuchas podcast y crecimiento personal, ¿cómo es posible que todavía juzgues a las personas sin conocerlas?”

Cariño mío **¡No la estás juzgando!** Tú no estás diciendo si esa persona es buena o mala, si es buen padre o buena madre. Todo lo que te está diciendo tu cuerpo es: “tu energía y la de esa persona no compaginan, no vas a poder fluir igual”.

Entonces es importante que vayas teniendo en cuenta de que tu cuerpo siempre te va a llevar a que tú avances mejor. Y si eres de los que toma nota, hace pantallazos o subraya, pues hazlo con esta parte.

Tu intuición siempre te va a llevar a que tú avances mejor. Porque si hay algo que quiere tu propia mente, consciente y subconscientemente, es tu beneficio. Por eso cuando se viven accidentes graves, por el beneficio de la persona, la mente bloquea los recuerdos del accidente. Hasta que la persona está preparada para lidiar con eso y trabajárselo. De la misma manera, si las ideas que te llegaran no fuesen para tu beneficio, tu mente las bloquea. Ya está, es así. No hay más ahí. Entonces no permitas que tu ego te lo haga dudar porque no sabe a dónde te va a llevar. Porque te engaña diciéndote que no puedes estar juzgando a la gente. No, no estás juzgando a nadie. Tú simplemente estás aceptando y reconociendo que tu energía no va con esa. Y ya está.

La información no localizada (las canalizaciones)

Y luego la tercera y para mí la más interesante, porque realmente es la que me dedico a enseñar, se llama la información no localizada o lo que has vivido como mensajes canalizados o que te llegan como de un guía, por ejemplo.

La información no localizada es toda información que a ti te llega y no tenías forma de saberla. La ciencia no puede demostrar científicamente ésta, pero sí acepta que es real. Porque hay muchos casos de personas que han podido predecir un terremoto, por ejemplo. Y eso está documentado, además. Si buscas entre la biblioteca de estudios que tiene The Heart Math Institute lo podrás encontrar (están en inglés y en español también).

Han documentado casos de personas que dicen “mañana va a haber un terremoto, o en una hora va a haber un terremoto”. Y lo hay. ¿Cómo lo saben? Eso no es algo que le puede decir su sistema nervioso. Eso no es una información que está en el subconsciente. De esto habla mucho Joe Dispenza porque lo explica como que esa información viene de tres grandes fuentes de energía e información:

1. El **inconsciente colectivo**, que en la psicología junguiana se habla del inconsciente colectivo como una mente global a la cual todos estamos conectados y guarda los recuerdos de toda la humanidad.
2. Los **Registros Akáshicos**, es decir, de la información de tu alma que está acumulada en otro nivel de conciencia a la cual tú tienes acceso. Información de las vidas pasadas, de esta vida y de las que serán.
3. El **mundo cuántico** o entorno cuántico. Este nivel de vibración donde la energía se mueve tan rápido que tus sentidos no la pueden percibir.

Pero aquí es donde vuelve a entrar la ciencia, porque la ciencia ha demostrado que del mundo cuántico, sí, aunque tus ojos no pueden ver lo que se mueve allí, tu **glándula pineal** sí. Hay una parte de tu cerebro que se llama la glándula pineal que se ha demostrado que tiene la capacidad de percibir esa energía y transformarla en información.



Esto es lo que ahora llamamos **canalizar**. Cuando se canaliza, se hace esto. Cuando te hacen una lectura de registros akáshicos, una tirada de tarot, en muchos casos la mediumnidad también funciona desde ahí.

Están activando más su glándula pineal para recibir la información que está allí. Pero claro, cuando a ti te llega una idea así como cuando tienes rato pensando en alguien, sintiendo que quieres hablar con una persona, una amiga o un amigo, te viene todo el rato alguien a la mente y de repente te llama. O le escribes a alguien y te dice “justo estaba pensando en ti”. ¿Cómo pasó eso?

Esto es lo típico de las madres, y seguramente si eres madre te ha pasado, y a todos nosotros nos ha pasado con nuestras madres también, que de repente nos llaman y nos dicen “oye, que estaba pensando en ti, ¿qué te pasa?” Y si es verdad, tenías unos días o unas horas, así como sintiéndote mal. Las madres saben cuándo les está pasando algo los hijos, aunque estén del otro lado del mundo, no importa, ellas lo saben. ¿De dónde viene eso? A través de una fuente superior.

Pero claro, aquí es donde entra tu ego, porque todos los tabúes alrededor de la espiritualidad se activan ahí, de que esto es mundo de yuppie, de que esto es pensamiento mágico, se diría en la psicología, de que “no, no, o sea, esto te lo estás inventando, esto es algo que tú quieres creer para funcionar mejor, esto no tiene una explicación real”. Todos esos tabúes por esa presión externa de que deberíamos de tomar las decisiones de forma más racional, se activan ahí. En vez de comenzar a seguir tu corazón, tu corazón te pide que sigas tu intuición.

La presión que hemos recibido por tener que tomar decisiones racionales, lógicas y seguras nos impide conectar con la intuición

Entonces, ¿con cuál te identificas más? Es importante que te des cuenta para que sepas cómo tu ego va a tratar de sabotearse, para que no recibas la idea, no tomes acción y no cambies tu vida, ¿sí?

Dicho esto, dicho esto, yo te voy a dar cuatro claves para que ahora que sabes de dónde te puede llegar la idea, cómo te puede más o menos sabotear el ego, realmente qué es lo que te pide cada una de las intuiciones que te llegan. Cada vez que te llega una idea y tú le pongas en duda porque no sepas si es egóica o es realmente una inspiración del alma, cómo puedas diferenciarla.

Cuatro Claves Para Diferenciar el Ego de la Intuición

Cada alma tiene una forma única de mover energía, si reconoces esa forma podrás fluir mejor con tu misión y propósito de vida

En la Academia Un Ser Zen estamos desarrollando la teoría de la **Personalidad Espiritual®** que explica que cada alma resume todo lo que ha venido viviendo en vidas pasadas para tener una forma única de fluir en esta. Esto es lo que diferencia a personas que en meditaciones ven muchas imágenes y otras no. O personas que sienten que pueden sentir la mala energía de otros, pero otro no sienten nada cuando meditan.

De acuerdo a tu personalidad espiritual hay tres formas que tú puedes usar para diferenciar el ego de la intuición. Una de ellas es una forma más lógica y racional. La segunda sería a través de las señales corporales. Y una tercera y más avanzada es usando los guías espirituales. En este ebook me voy a concentrar sobre todo en la primera porque suele ser la más fácil que puedes practicar desde el principio.

Una forma lógica y racional se apoya mucho en que tú puedas **filtrar lo que te está llegando**. Por ejemplo, así como cuando escuchas conferencias y de repente notas que la persona dice cosas que por lo que has estudiado no son verdad, o sin ir muy lejos, cuando aprendiste a ver discursos políticos y notar en que parte la persona como que “nos vende humo”. Pues las formas lógicas y racionales de diferenciar el ego de la intuición son así. Son aprender a usar los conocimientos que tienes de espiritualidad para que cuando llegue la duda tú las filtres apoyándote en eso.

Te lo repito. Las formas lógicas y racionales de diferenciar el ego de la intuición se basan en que tú tomes lo que ya sabes de la espiritualidad y filtres tus propias dudas. Por ejemplo, desde el principio yo te he hablado de las formas de intuición.

Esos tres tipos de formas de intuición que la ciencia demuestra. ¿Qué te permite a ti eso? Por ejemplo, que tú conoces a alguien y te da una mala sensación en el cuerpo, te da un revoltijo en el estómago y tú sabes que tu cuerpo te quiere decir

algo. Ahora sabrás que no te lo estás inventando porque tú sabes que tu cuerpo usa esas señales para decirte si la energía que viene de afuera te viene bien o no.

Pues eso es autoconvencerte. Los que hacen masajes, trabajan con las manos o sanaciones habrán tenido la experiencia de que la mano se le va a algún sitio, generan un tipo de movimiento, ponen más foco en un chacra u otro y para tu mente no tiene sentido. Pero como sabes que tu cuerpo tiene esa sabiduría de sentir la energía, te dejas llevar y ayudas a la persona.

Es importante que antes de creer en una señal la pases por estos filtros para que el ego espiritual² no te engañe.

Una de las teorías que enseñé en mis cursos de registros akáshicos es la del **pensamiento holístico**. Una forma de ver la vida con una perspectiva más elevada, más álmica, más angelical, más desde todo lo consciente que eres. Ese pensamiento holístico te permite a ti tomar mejores decisiones.

Esa forma de ver la vida te ayuda a que no te apegues a lo que pensaba tu ego o tu mente, sino que conectas con una información más elevada. Pues dentro de ese pensamiento holístico tú puedes tener una visión trascendental de la vida o una visión terrenal de la vida.

Fíjate, cuando nosotros buscamos diferenciar el ego de la intuición, la intención de esto es que tú sepas **qué tanto de la experiencia humana necesitas para evolucionar**. Es decir, qué tienes que diferenciar lo que toca tomar de lo que ofrece tu vida cotidiana y unirlo con lo que puedes sentir o recibir desde otros niveles.

No toda la experiencia de la 3D o la matrix es mala, el problema puede surgir cuando no usamos nada de niveles elevados de consciencia para construir lo que queremos en este plano físico.

² El **ego espiritual** es una actitud que se desarrolla cuando empezamos el despertar espiritual. Tiene un polo positivo que es el que te ayuda a integrar bien lo que aprendes, y tiene un polo negativo que es el que se autoconvence de lo que quiere creer para ser “más espiritual”.



En el día a día hay emociones, dolor, alegría, un tiempo pasado, presente y futuro, unas expectativas, apegos, una visión muy específica de tu vida. Pues para tú tomar una decisión intuitiva tienes que luchar con dos grandes cosas:

1. Los apegos
2. El deseo de certeza

Te lo pongo en un ejemplo, digamos que tú quisieras enfocarte en tu misión de vida, y quisieras que eso se convirtiera en una fuente de ingreso económica. En otras palabras, dedicarte a lo que te apasiona.

Entonces, cuando tú evalúas lo que tienes que trabajarte o las decisiones que tienes que tomar para hacer de tu misión de vida una recompensa económica, hay cosas de la experiencia humana que son como, por ejemplo, los apegos o la certeza. Apego a lo que tienes, a tu estilo de vida. Apego a la forma que los demás tienen de verte.

A tu mene le viene como siempre has sido una persona seria, con un trabajo estable, siempre has aportado, te has apoyado en los estudios universitarios, y ahora vas a ponerte a leer el tarot (o ser influencer, lo que sea que quieras). Todo esto es un mini apego que se genera a la visión que los demás tienen de ti que frena mucho.

Lo mismo les pasa mucho a los padres, cuando dicen: “mira, ya no quiero ser tan mamá de ti, sino que me quiero dedicar a mí ahora. Seguiré siendo tu madre, te seguiré apoyando, te seguiré queriendo, pero me toca a mí”. Ese momento te expone a un apego, el apego al viejo rol de madre/padre, y eso es algo que te ofrece la experiencia humana, te ofrece la 3D.

Y luego está la certeza y te lo explico con otro ejemplo. Por lo que haces y a lo que te dedicas ahora tu mente puede decir: “bueno, en el trabajo que tengo y las cosas que hago, yo sé que llego a final de mes. Yo sé que si yo hago estas tres cosas todas las semanas tengo mi ingreso más o menos seguro”.

Y de repente llega tu intuición y te dice: “Uy pero este otro mundo me llama más la atención, de hecho es que me veo hasta más feliz cada vez que lo hago. Pero en este camino espiritual no tengo tan claro que llegaría a final de mes. En este camino espiritual, yo no sé si suelto mi trabajo y empiezo a hacer lecturas de registro, si me va a ir bien, si no me llega gente”.

La certeza te la ofrece muy rápido la experiencia humana. ¿Eso es bueno? ¿Eso es malo? **Pues depende de si esa te está permitiendo evolucionar.** La intuición suele buscar mucho que tú crezcas en esa área en donde te está llegando la señal, el mensaje, la corazonada o el mal juju.

Cuando buscas diferenciar el ego de la intuición, tú buscas decir: “bueno, hay una perspectiva 100% del alma y hay una perspectiva 100% del ego. **¿En qué punto quiero estar para dejarte llevar por la intuición?**”



Esto más que una técnica es un estilo de vida.

Yo te voy a enseñar técnicas muy concretas. Que si fuese a hacer cursos lo puedes enseñar tú también. Pero esto tiene que convertirse en un estilo de vida en donde tú dices: “cada vez que yo llego a X% de intuición, tomo la decisión y pa'lante como el elefante”.

Porque todo este camino espiritual es para **decidir y es para evolucionar**. Si una de esas dos cosas no está, este método se te va a quedar corto.

Método D.I.C.E.+

Esto es muy mío, esto si lo googleas no lo vas a encontrar en ningún lado por ahora. El método DICE+ es un acrónimo y cada letra representa una palabra. Cada una de esas palabras es una señal de la intuición.

Cada una de esas palabras es algo **que te indica algo que** tiene que tener una buena intuición o una buena señal.

D- Divierte. ¿Te divierte?

La intuición, cada vez que te llega algo intuitivo, eso **divierte**. Divierte en el sentido de que una intuición suele llamarte la atención de cómo puedes jugar con eso, cómo puedes sacarle provecho. Te da esa sensación de curiosidad por si probaras, ¿qué pasaría?

Es como de niños ir a un parque nuevo, donde no conocías todos los juguetes, o aparatos e ibas probando a ver qué hace cada uno.

Cuando un mensaje llega de la intuición te da curiosidad de cómo eso se va a desenvolver. Te da curiosidad de hacia dónde te va a llevar.

Cuando un mensaje viene del ego viene cargado de reglas y de normas. Es muchísimo más estructurado. Necesitas tener todo el mensaje así como bullet points, como puntos.

Piensa en esas corazonadas que has sentido en momentos de mucha angustia. Mensajes que te hacen sentir “Dios está conmigo”.

Así de simple, puede que ese mensaje si lo ves desde **la intuición** te hiciera sentir que puedes quedarte tranquila/o, que no sabes bien como van a salir las cosas pero lo primero que te hace sentir es que “si eso fuese verdad, quizás puede que no tengas que resolverlo todo ahora mismo, a ver qué pasa”.

Cómo ves no hay ninguna regla ahí. En cambio **el ego** te explicaría algo como “Dios te está diciendo que respetes el sexto mandamiento porque puede ser que te saliste y por eso te está pasando eso. Y si no lo sigues después vas a pagar el karma y te vas a sentir mal por no haber hecho todooooo lo que te han pedido lo demás”

¡Qué va! La **intuición** es una sensación de “que curioso y cómo me estará ayudando Dios.

Entonces, las corazonadas que has tenido ¿te divierten con esa curiosidad de qué va a pasar (**intuición**) o te piden como muchas explicaciones y te dan muchas razones (**ego**)?

I – Inspira. ¿Te inspira a ser mejor a hacer algo nuevo?

La siguiente letra sería la I, que es por inspira, por inspiración.

Todos los mensajes intuitivos, todo lo que te llega desde ese **pensamiento holístico**, suele inspirarte a salir de la zona de confort. Suele inspirarte a considerar formas nuevas de pensar y actuar.

El ego, por el contrario, las ideas que te trae ya son más o menos las mismas que siempre has tenido. Te mantiene en tu zona de confort psicológica. Eso es lo que más o menos siempre has pensado, lo que siempre has creído, con el mismo punto de vista que has tenido últimamente.

Te pongo un ejemplo, piensa en cuando has sentido el trabajarte algo personal y que además para ti te generaba muchas emociones. Son esos típicos problemas que sabes que cuando empieces a trabajarte te vas a remover y puede que no te guste.

¿Cuántas veces has sentido esa intuición de hablarlo con alguien o llevarlo a terapia?

Si te venía de la intuición, ella te haría sentir que te vas a remover pero quizás **hay algo nuevo que vas a descubrir**. Y que bueno, sería curioso (por D-Divertido) ver si eso te ayuda.

Pero **si te venía del ego**, te haría pensar que quieres confirmar eso que te dijeron de donde viene el problema, quieres confirmar que lo que has venido pensando sí es así (esto me pasa mucho cuando se quieren hacer regresiones conmigo solamente para confirmar una vida que siente haber tenido).

Y es que el ego te mantiene en lo que ya conoce, y si lo que ya conoce es esa perspectiva, no le interesa si eso a ti te está ayudando a evolucionar o no. Le interesa mantenerse en lo que conoce. Te venga bien o no.

Una de las cosas en las que más se encierra y se apega el ego es en la zona de confort psicológica, es decir, en **puntos de vista**. Puntos de vista, incluso algunos de ellos positivos. Por ejemplo: “yo sé que se me da bien tal y cual cosa”, y el ego te cierra eso.

Y tú puedes decir “bueno Hernán, pero eso es una creencia positiva, ¿para qué la voy a querer cambiar?”

Yo no te digo que la cambies, pero cuando el ego se cierra que eres muy buena o muy bueno haciendo algo, se le olvida que hay otro montón de cosas que también eres buena, o bueno. Y puedes usar también esas otras cosas para complementar lo que estás tratando de construir.

Entonces la intuición siempre va a buscar que tú te abras un poquito más. Esa sensación que has vivido cuando sigues tu intuición y te das cuenta que sale más fácil de lo que esperabas.

Es la sensación de considerar trabajarte con otras técnicas y de repente aprendes algo que hace que todo cuadre perfectamente. Eso es por que la **I-Inspiración** ha abierto el punto de vista y te ha hecho crecer aprendiendo algo nuevo.

Entonces recuerda, siempre que los mensajes comiencen como a incomodarte un poquito, porque “madre mía, es que no me lo esperaba, es que bueno, me están pidiendo esto, pero y si sale mal, pero y si no es para mí, o no sé qué”, te está inspirando fuera de tu zona de confort, y es una **buena señal**.

C – Camino y destino. ¿Te emociona tanto el destino como el camino?

Vamos a la C, el camino. **La intuición busca el camino, tanto como el resultado.** Cuando te habla la intuición te divierte e inspira lo que vas a conseguir, PERO TAMBIÉN el proceso para hacer lo que te están pidiendo, o integrar lo que te están pidiendo. Y esto es como muy obvio, porque claro, para el ego es totalmente lo opuesto.

Cuando el ego da un mensaje notas que el foco está casi nada más en el resultado. Digamos que te viene una idea para sanarte, lo que se pregunta el ego es “¿y esto va a funcionar? ¿cuánto tiempo voy a tardar en ver resultados?”.

Pero a ver, yo entiendo que vivimos en un mundo en donde no podemos vivir de una promesa, así como: “bueno, vamos a ver si funciona la relación (el trabajo, el tratamiento, etc.)”. Siendo prácticos, sí necesitamos saber las garantías. PERO, el gran detalle es que cuando es la intuición la que te da ese mensaje, también le interesa el proceso de cómo vas a llegar ahí.

Un mensaje intuitivo va a pensar tanto en la meta como en el proceso de llegar a ella.

Cada decisión intuitiva tú sabrás que está siendo intuitiva porque no sabes exactamente a dónde te van a llevar, pero mientras tanto tú estás gozando con lo que vas haciendo.

Te lo pongo en un ejemplo, el **cómo saber lo que significan los números**. Esta es una de las preguntas que más me hacen en mis cursos de canalización. Y yo lo

entiendo porque por lo general los números y las plumas son las primeras señales que nos empiezan a llegar, pero honestamente, son las más difíciles de entender.

Una de las primeras indicaciones es que los números tienen sentido **solamente cuando los has visto varias veces en momentos distintos**. Quizás es el mismo número, o son números distintos pero son siempre horas espejo o números maestros como el 11, el 23 o 44. Pero no puedes entender lo que te quieren decir la primera vez que lo ves **y esto es lo que hace el ego**.

Cada número es una pieza de un rompecabeza que tienes que ir uniendo. Porque cuando tú te estás trabajando algo que es importante para ti, los guías van dejando su ayuda e indicaciones por parte. De repente un día te llega un número justo cuando estabas pensando en un tema, luego al día siguiente lo vuelves a ver cuando estabas pensando en una decisión sobre ese tema, en otro momento ves el número después de una conversación con alguien que te puede ayudar, y así cuando unes **todas las veces en que te llegaron los números** entiendes el mensaje. Eso es un **CAMINO** que disfrutas, te inspira a pensar de forma distinta.

Pero qué es lo que hace el ego, tan pronto ve el número “¿qué me quiere decir esto? Uhm... no sé, ¡déjame buscar en Google!”. Y Google te arroja siete mil resultados distintos y tienes que adivinar cuál es el que va contigo. Ese desespero por la respuesta rápida es una clara señal de que es el ego.

Yo siempre pongo el ejemplo de que disfrutar del camino es como enamorarse. Si el ego fuese el que controlara el proceso, haría algo así como: “bueno, en la primera cita le voy a preguntar su signo, si somos compatibles acepto otra cita, si no ¡no! En la segunda ya le preguntaré si quiere casarse y tener hijos, sino, entonces no sigo la relación. Y si a todo esto me dice que sí entonces sí, me enamoro”

¿A que no va así? Si buscas enamorarte y tener una relación bonita tienes que darle tiempo a que se vaya formando, vayan viviendo cosas, las conversaciones importantes surjan orgánicamente, demasiado control es mucho ego, mucho ego es poco amor. ¿sí o sí?

E- Empodera. ¿Esa idea te empodera a ti y a otros?

Cuando llegan ideas desde la intuición te suelen empoderar mucho, es decir, te ayudan a ser mejor persona y a otros **también**. Y “también” aquí es la palabra clave. Las ideas intuitivas, como vienen desde una energía superior, siempre busca un beneficio para un colectivo. Piensa por ejemplo en los libros que han sido “inspirados” por algo superior, que sus autores sienten que no lo escribían ellos sino que algo más usaba su mano para escribirlos. Lo mismo con grandes piezas de arte antiguo, donde se sentían inspirados “por una musa” que venía de

algo más elevados. En ambos casos, los autores y artistas se vieron beneficiados por su obra, pero es que además, eso ayudó a muchas personas.

El caso contrario es que **el ego piensa en nada más en los beneficios para ti o nada más en los beneficios para otros**, que es el peor de los casos. Porque es así como la sensación.

Te lo pongo en un ejemplo, digamos que sientes una idea de tener una conversación complicada con alguien. Son conversaciones que muchas veces pide el corazón pero a la mente le da miedo el resultado, siente que tú no eres del tipo de personas que pone límites o critica cuando es necesario.

Desde el ego, la intención de la conversación es tú desahogarte. Esto es como decirle a la persona: “mira, es que no aguanto más tener esta broma en mente, o sea, necesito hablar de esto. Como se lo tome el otro a mí no me interesa”.

La intuición te diría: “pues bueno, la conversación es válida y asegúrate de que tú por compartirlo creces y la otra persona también se lleva a algo. No sabemos qué se va a llevar porque eso depende de ella, pero no le atacaré con mi ego para tratar de evitar que se lleve mi mensaje lo más puro posible”

Ahora, aquí empezamos a hilar cada vez más fino, porque cuando yo entendí esto mi pensamiento era: “pero a ver, yo no puedo controlar como la otra persona se lo toma ¿entonces cómo puedo saber que le generará un beneficio?”

Y si estabas pensando eso, déjame decirte que estás en lo cierto. Y es que **no podemos controlar lo que el otro genera**. Pero aquí hay dos cosas importantes:

1. La E-empodera a veces **necesita tiempo** para saber si se cumple
2. Tu misión es **crear un ambiente que de la posibilidad de empoderarse**.

Fíjate, hay acciones que tomamos que es solamente con el tiempo que podemos entender bien sus consecuencias. Y esto es algo que te va a pedir paciencia. Si lo recuerdas, **Edgar Cayce**, el canalizador de Registros Akáshicos del que te hablaba al principio, precisamente decía que la paciencia es importante para conectarse con una fuente superior. Y es así, hay decisiones intuitivas que cumple la D.I.C. y tendrás que darle tiempo a confirmar la E y eso **es perfectamente válido**.

Yo tengo alumnos que han entrado a mi formación por intuición y entienden el por qué a las semanas.

Pero lo que sí puedes hacer en el momento es generar un **ambiente que de la posibilidad de empoderarse**. Es decir, si tienes que tener esa conversación dura con alguien y sabes que si o si habrá emociones, asegúrate de que tu actitud y tus palabras dan la opción a que la persona: patalee, llore, se sienta atacada y

además, pueda expresarse, sentirse escuchada, empoderarse, así de entre todas las opciones ella/él será libre de elegir.

Es distinto como cuando a los políticos les hacen una “encerrona”, en donde les sorprenden para hablar de un tema delicado y donde no hay opción de salirse del debate.

Bien sea porque se dan cuenta de algo, porque relajan las tensiones, porque se escuchan el uno al otro o se acompañan el uno al otro. No nada más, mira, para yo sentirme mejor. Otro ejemplo que también sé que es importante para el grupo, pensando en que se eleva a todos los involucrados cuando queremos dedicarnos a la espiritualidad.

+ Sensaciones. ¿a ti te resuena como que es una intuición?

Por último en este método **D.I.C.E.+** está tu sensación. Y muy resumidamente esto es: “mira cariño mío, al final del día ¿pa’ ti eso es una señal?”

No importa lo que leas aquí o lo que diga San Pedro, al final tú te conoces mejor que nadie en este mundo. Sigue tu intuición sobre tu propia intuición.

Mi única y gran recomendación es que trata de no engañarte. El método D.I.C.E.+ tiene cinco formas de medir si una idea es una intuición o no. Tú tienes que saber cuantas letras quieres tener cómo mínimo para confiar en tu intuición.

Recomendaciones para usar el método D.I.C.E.+

Define cuantas letras quieres tener para confiar

Entonces, si yo te diría ahora mismo, desde una perspectiva más holística, desde **el pensamiento holístico**, de los cinco requisitos, ¿cuántas necesitas tú que estén para confiar en tu intuición?

Tú tienes que saber cuántas de estas necesitas que estén. Yo personalmente con 3 y medio voy bien. Porque hay veces que hay alguna que es difícil ver en el momento y tienes que tomar la decisión. Para mí el + si o si siempre tiene que estar, todo lo demás lo testo con calma.

Por ejemplo, escribir este ebook ha sido así, he tenido que recopilar muchas conferencias que he dado sobre este tema desde el 2018 y sentir qué pongo de cada una de ellas y que no. Y a lo mínimo el + siempre ha estado, y una que no puedo ver de momento es el **E- empodera** porque aún no sé si esto te está ayudando. Si lo está haciendo por fa asegúrate de dejar un comentario en la publicación de la que te enteraste de este ebook o en dejar tus reseñas en Amazon si lo has descargado desde ahí.

No esperes a que todas las intuiciones sean perfectas

Entonces yo, Hernán, yo con 3 y el + ya es más que suficiente. Cuando una intuición tiene solo 2, uff, vuelvo a preguntar o me tomo más tiempo para recopilar más piezas del puzzle que me quieren entregar. A ver si puedo diferenciar bien si viene desde el ego o viene de la intuición. Una sola letra, aunque tenga un gran “+” nunca lo tomo como señal. Y es que si esto fuese enamorarnos, todos en algún momento hemos conocido a alguien que nos daba un gran “+” y sentíamos que era el amor de nuestra vida aunque no tuviese ninguna otra letra, y solo hizo falta tiempo para darnos cuenta que el + nos engañó.

Ahora, **ten presente que** cuatro letras y el “+” a veces no siempre es necesario **para tomar las decisiones que quieres tomar**. En mi opinión. Hay veces que ver las 4 de golpe no es tan fácil de ver y cómo te pongas a buscarlas todas antes de decidir puedes caer en la trampa del ego de paralizarte para nunca decidir por tu intuición.

Lo importante es que siempre tengas presente que eso va a ser un continuum como un baremo. El D.I.C.E.+ perfecto estará por el lado derecho y el ego estaría del lado izquierdo:



Mi experiencia con el método D.I.C.E.+

Verás que la primera vez que vayas a probar esto, te vas a dar cuenta de que quizás no recuerdas plenamente las preguntas, quizás alguna letra se te olvida su significado. Es **la práctica lo que te va a ayudar** a ir como más automáticamente filtrándolo todo.

Diciendo “pues sí, mira, esto sí viene más con el **D.I.C.E.+** completo, esto viene con tres letras, me parece bien y sigo”.

Práctica. Si no hay práctica, no hay paraíso.

Una vez en una clase me preguntaron, “Hernán, ¿pueden ser tres y media y que sea el camino pero el destino no importe?”

Yo personalmente creo que esa es una letra que siempre debe estar. Sí pueden ser tres y media en el sentido que tú de repente no tienes claro si empodera, o si logra despertarte diversión. Pero **es un peligro cuando se sigue una intuición sólo por el resultado.**

Créeme, los casos de alumnos que peor han vivido su despertar espiritual son los que el ego les hacía pensar solamente en lo que iban a conseguir. Tengo alumnos que venían sólo para dedicarse a hacer sesiones, o a que les reconocieran públicamente en las redes sociales, o a sentirse válidas/os. Y en todos los casos, aunque aprendieron a canalizar, el proceso fue más duro de lo necesario.

Es una falsa espiritualidad el pensar solamente en los cambios y los logros, así como lo es vivir tanto en momento presente que no tienes deseos y metas.

No podemos vivir todo el día contemplando la respiración. En algún momento tendrás que salirte de la respiración para planificar lo que vas a desayunar.

Uno de los mensajes más importantes que yo he recibido de un ser de alta vibración vino de Thoth, el dios egipcio del conocimiento y para muchos el sacerdote principal de la civilización de la Atlántida.



En una de las canalizaciones, sí me regañó por esto de la falsa espiritualidad. Porque por parafrasearlo, él me decía:

“mira, se están enfocando tanto en seguir su intuición, que se les está olvidando medir si eso les está llevando por buen camino. El problema está siendo en que el vivir tan al 100% el camino os mete en la fantasía. El hecho de que tú quieres creer que eso es cierto, aunque no haya ningún tipo de evidencia.”

Los psicólogos se refieren a esto como el pensamiento mágico, esa actitud de creer ciegamente en algo aunque no haya evidencia de su validez, o incluso y aún peor, cuando la evidencia te dice lo contrario.

Thoth continuaba y me decía:

Tienes que atreverte a tomar una decisión y exponerte la idea de que te has equivocado, de que eso no fue tu intuición.

Tienes que exponerte a esa frustración, porque eso es lo que te va a enseñar a que la próxima vez tomes una decisión más cercana a la intuición. Porque reflexionaste sobre tu error y ahora puedes saber cómo se sienten los errores. Y te ajustas un poquito más. Pero si nada más estáis cegados por confiar en el camino, el mensaje, la imagen, te estás perdiendo la comprobación de la validez del mensaje. Al principio no importa, no pasa nada, pero si a eso se le da rendita suelta, vas a entrar en fantasía y psicológicamente se entran en temas complicados cuando pasa eso.

En mi experiencia profesional y por los estudios, demasiada fantasía saca de la realidad y todos sabemos lo que pasa cuando desconectamos de la realidad. Entonces eso, puedes tener tres letras y una que no estés convencida o convencido, pero no te puedes olvidar nunca del destino ni de confirmar siempre.

Esto puede que te pase mucho con la **E-Empodera**. Tendrás que confirmar ¿empoderó a otros? Sí. Ah, pues, genial, ya sabes cómo más o menos se sienten las decisiones intuitivas que empoderan a otros. ¿Empodera a otros? Pues, no sé, porque terminamos peleado, pero resulta que después se dio cuenta de tal cosa, gracias a la discusión. Vale, lástima que haya sido a través del dolor, pero se dio cuenta. Lo empoderó. Tu misión no era salvarle ni facilitarle el proceso.

O quizás termines diciendo “No, que va, no se empoderó nada, porque lo que hice fue hablar yo y ni me acuerdo de lo que me dijo”. Entonces la próxima vez tendrás que medir mejor o plantearte el regresar pedir disculpas o repetir la conversación. Y eso es parte de la humildad que hay que tener en el despertar espiritual.

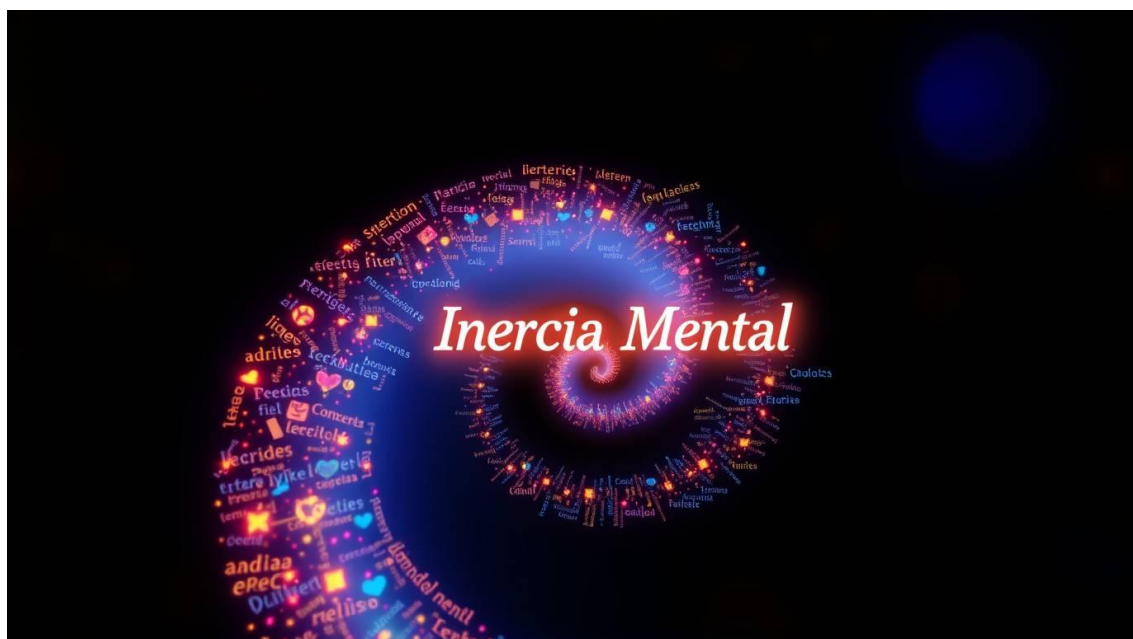
La razón por la que te cuesta seguir tu intuición

Ahora, hay personas que a pesar de tener toda esta teoría les cuesta confiar en su intuición, y créeme, he creado este libro para facilitarte mucho el proceso porque necesitamos más seres de luz, servidores de la luz y personas intuitivas en este mundo. Pero porque a veces nos cuesta seguir la intuición aunque sabemos la teoría, por lo que aquí en la Academia un Ser Zen llamamos **LA INERCIA MENTAL**.

La inercia mental, un gran reto a superar

La inercia mental. Esto es algo que en mi formación de hipnosis yo explico, también es un concepto y básicamente **es la fuerza que cogen los pensamientos que más tiempo mantienes en tu mente.**

Todo lo que tú te has acostumbrado a pensar, las perspectivas y las formas de actuar comienzan a crear fuerza por el tiempo que se mantienen contigo, o por la emocionalidad que tienen. Eso es una inercia mental.



Por ejemplo, alguien que te hizo un daño hace unos años y te acostumbraste a ver como que él fue el culpable o ella fue la culpable, por tanto, verlo así genera una inercia mental.

Algo más cotidiano es como cuando tú estás hablando con alguien y le dices otro nombre: “oye Luis, perdón, Luis no, José perdona no sé por qué te cambié nombre”.

¿Por qué dices Luis? Porque tuviste un problema con Luis hace dos días y no has parado de pensar en Luis desde hace dos días. Ahora cualquier persona que te

viene le dice eso. Habías creado una inercia mental y la inercia mental, el tema, es que controla tu perspectiva y tu forma de actuar.

Lo que más tiempo has creído y lo que por más tiempo te has aferrado, sea positivo o sea negativo, va a controlar el cómo piensas y actúas.

Cuando te sientes una persona muy intuitiva pero te cuesta confiar en tu intuición, cambiar las cosas o ves que cada cierto tiempo caes en lo mismo a pesar de saberte toda la teoría ya, lo que probablemente está pasando es que **la inercia mental te está controlando sin que te des cuenta.**

Y es que es muy sutil, te pongo un ejemplo mundano pero que vive mucha gente. Piensa en cuando has querido hablar de estos temas espirituales con tus amistades o con tu familia pero te frenas. A veces es por el miedo al qué pensarán, a veces es por miedo a que no nos entiendan, a veces porque creemos que no les gustan esos temas y nos ignorarán.

Todo eso se resume en: **tu inercia mental** se ha acostumbrado a que con tus amigos y familiares se habla de unos temas específicos, y ahora que quieres hablar de otros, la inercia te tira hacia lo viejo.

Esto me pasó a mí cuando sentí desde la intuición grabar videos para youtube hablando de mis canalizaciones. Lo postergaba un montón, y siempre me decía: “bueno es que estoy muy ocupado”, “en youtube no me va a ver nadie entonces no perderé el tiempo”. Pero cuando lo reflexioné desde el pensamiento holístico me di cuenta de que no quería que las personas que me conocían de mi vida deportiva (en donde había sido un atleta olímpico) me vieran ahora hablando de estos temas.

Y lo más revelador fue cuando me di cuenta que me costaba hasta decirle a mis padres que quería de todo corazón dedicarme a esto.

Pues ¿qué hice? Acepté que la intuición me **l-inspiraba** a salir de mi zona de confort y empecé a grabar los “mensajes espirituales”, un video corto en donde canalizaba las energías que vendrían en el mes.

Me **d-divertía** enormemente haciéndolo y sentía que me gustaba el **c-camino** de sentarme a grabarlos y editarlos. Pero no sabía si **e-empoderaban** a nadie.

Pues resulta que a las pocas semanas de empezar a hacer eso, hablando con mi padre, que es una persona que amo y siempre ha apoyado mis cosas espirituales pero él nunca se ha metido en esto, me decía: “que interesante eso de las energías, como dicen en el Tao <todos somos parte de un todo>”.

La recompensa más linda fue saber que mi padre investigaba los temas de los que yo hablaba para luego enviarme un mensajito de whatsapp compartiéndome su opinión.

Ahora mi familia entera acepta mi camino, pero no porque ellos sean más especiales que nadie, sino por mi propia decisión de seguir mi intuición confiando en que era más importante seguirla que dejar que la inercia mental me hiciera seguir siendo la misma persona que todos conocían hace quince años.

Para romper la inercia mental el pensamiento holístico te pide que, así como el paracaídas necesita abrirse para funcionar, abras la mente para que realmente funcione la evolución.

El poder espiritual de la intuición

Si has llegado a este punto quiero felicitarte por tu compromiso con el aprender y avanzar espiritualmente. Yo creo firmemente que el mundo necesita más persona dedicadas a trabajarse personalmente, a conectarse y entender la vida desde un punto de vista más holístico.

Quiero cerrar este ebook con unas palabras canalizadas que te inspiren a ir a por tu misión confiando en que intuición es la mejor guía.

Todo ser vivo nace con todo lo que necesita en su interior para su evolución armoniosa. Cada organismo de la existencia del planeta tierra ha tomado lo mejor de las generaciones anteriores para avanzar y evolucionar a pesar de las condiciones tan adversas que pueda encontrar.

Tu alma, que viene evolucionando y reencarnando desde hace eones, ha recogido de cada vida, de cada experiencia, las habilidades para saber encontrar su propio camino.

Tu intuición, es una de las muchas habilidades espirituales con las que has reencarnado y ella solo quiere y pide de ti que crezcas y seas tu mejor versión.

La mejor madre, el mejor padre, la mejor pareja, el mejor ayudante en el camino de otros, el mejor en leer estas palabras que puedas ser en este momento. Y si un día te encuentres releiendo esto muchos años más tarde, que entonces también seas tu mejor versión, mejor de lo que estás siendo hoy.

Entiende mi querida alma que resuena con estas palabras, que la vida te entrega a través de la intuición siempre el primer paso, el primero de muchos que están por venir, pero el primero en el que tienes que confiar para que los

demás se puedan desvelar, y como dijo Jesús: “el que sepa oír que escuche bien estas palabras”

Cada paso tiene en sí la semilla del avance, y la semilla del amor más puro que tu alma tiene hacia ti y tu misión. Un amor que siempre estará para que crezcas, dejes atrás lo que ya no es parte de tu camino. Un amor que no sana, sino que te asegura que aunque la vida te saque una lágrima al final esa lágrima limpiará el alma y podrás ver con claridad que cada lágrima tuvo su razón de ser, limpió lo que le tocaba y encontró tu nuevo paso.

Confía en tu intuición, hoy para elegir releer estas palabras, mañana, cuando ese mañana llegue, para cambiar tu vida.

Tu misión más importante eres tú, confía y que Dios te Bendiga.

Con cariño, Un Ser Zen

Conoce más de Hernán y la **Academia Un Ser Zen**

<https://www.unserzen.com/>

Curso de Canalización y Lectura de Registros Akáshicos

<https://unserzen.ac-page.com/formacion-ra-oct25>

Instagram

<https://www.instagram.com/unserzen/#>

Podcast- En Sincronía con Hernán

<https://open.spotify.com/show/2y8AMeK1EXLT6OTYi7k3PZ>

Meditaciones Guiadas

<https://open.spotify.com/show/7lb1syYTtfQ7knjqB08BZk>

AVISO LEGAL:
ESTA MATERIAL ESTÁ PROTEGIDO POR LAS LEYES DE PROPIEDAD
INTELECTUAL, NO ESTÁ PERMITIDO SU USO COMERCIAL NI
DISTRIBUCIÓN SIN AUTORIZACIÓN DE HERNÁN E JANSZEN.
EL INCUMPLIMIENTO DE ESTA NORMA TENDRÁ COMO CONSECUENCIA
LA EXPULSIÓN DE CUALQUIER CURSO DEL QUE SEA PARTE, LA
ELIMINACIÓN DEL ACCESO A ESTE Y TODOS LOS CURSOS QUE HAYAN
SIDO COMPRADOS EN LA ACADEMIA UN SER ZEN Y SE LLEVARÁN A
CABO LAS ACCIONES LEGALES QUE SE CONSIDEREN PERTINENTES EN
EL CASO.



Academia
Un Ser Zen